	Морской язык с томатным соусом	100-120	15,9	0,9	81,9	172	0,14	0,21	0,02	0,01	15,02	0,48	21,55	0,13	77
	Макароны отварные	150	5,6	5,5	32,8	202,8	0,1	0,0	9,0	0,5	14,0	0,0	0,6	5,8	130401
	Кисель	180-200	3,7	3,5	21,6	33,4	0,0	0,5	13,5	0,0	1,0	108,1	1,0	0,1	160101
	Хлеб из муки пшеничной	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	0,6	5,2	0,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,1	0,2	9,9	46,4	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	0,6	5,0	0,0	
	итого		**30,0**	**18,7**	**169,7**	**640,4**	**0,26**	**13,53**	**22,72**	**1,91**	**89,36**	**117,63**	**44,45**	**6,05**	
	Итого за день		**39,1**	**33,6**	**229,1**	**1082,4**	**0,4**	**14,93**	**22,77**	**2,38**	**254,44**	**126,68**	**101,72**	**6,85**	